

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

DIOGO DE SOUZA

MÉTODOS DE HIGIENE PESSOAL COMO FATORES DETERMINANTES PARA  
PREVENÇÃO DE DOENÇAS E EPIDEMIAS.

CURITIBA  
2016

DIOGO DE SOUZA

MÉTODOS DE HIGIENE PESSOAL COMO FATORES DETERMINANTES PARA  
PREVENÇÃO DE DOENÇAS E EPIDEMIAS.

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado ao Módulo IV do Curso de Especialização em Saúde para Professores do ensino Fundamental e Médio. Coordenadoria de Integração de Política de Educação à Distância – Setor de Ciências da Saúde do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal do Paraná, como requisito para obtenção do título de especialista.

Orientador: Prof<sup>a</sup> Dra. Letícia Pontes.

Curitiba

2016

## **TERMO DE APROVAÇÃO**

DIOGO DE SOUZA

MÉTODOS DE HIGIENE PESSOAL COMO FATORES DETERMINANTES PARA  
PREVENÇÃO DE DOENÇAS E EPIDEMIAS.

Trabalho apresentado como requisito parcial à obtenção do grau de Especialista em Saúde no curso de Especialização em Saúde para Professores do Ensino Fundamental e Médio, pela seguinte banca examinadora:

## RESUMO

SOUZA, Diogo de. **Métodos de Higiene Pessoal como fatores determinantes para prevenção de doenças e epidemias**. 2016. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Saúde para professores do Ensino fundamental) Universidade Federal do Paraná.

A falta de higiene pessoal é um dos grandes problemas encontrados em algumas escolas, devido a deficiência de orientação e o desenvolvimento econômico dessas crianças, que interfere diretamente neste problema, deixando de ter esse autocuidado os alunos acabam tendo sua autoestima afetada e a proliferação de doenças pode ser potencializada, devido ao contato direto entre os mesmos. Para abordar esse tema foi desenvolvido um projeto de intervenção no município de Prudentópolis estado do Paraná, no Colégio Estadual do Campo São João Batista na comunidade de Herval Sede, a 52 km de distancia da sede do município, com alunos do sexto e sétimo ano do ensino fundamental, desenvolvendo atividades teóricas e práticas, tendo como principal objetivo contribuir para que os alunos passem a praticar bons hábitos de higiene pessoal, sensibilizando os mesmos para hábitos simples que podem evitar o contágio de doenças, possibilitando a disseminação do conhecimento no âmbito da comunidade escolar e no meio familiar destes alunos, trazendo conhecimentos referentes a transmissão de doenças e epidemias. Utilizando inicialmente de uma exposição teórica, imagens e vídeos para uma melhor assimilação do tema, realizando uma atividade prática envolvendo todos os alunos com o método da lavagem das mãos de forma correta e escovação dos dentes. Conclui-se que este tipo de atividade é de suma importância para o desenvolvimento desses educandos de forma saudável, fazendo uma interação entre os conhecimentos e práticas realizadas dentro e fora do ambiente escolar, contribuindo para uma melhor qualidade de vida dos mesmos e de sua autoestima, colaborando para o processo ensino aprendizagem.

Palavras Chaves: higiene pessoal, doenças, epidemias, autocuidado e autoestima.

## ABSTRACT

Souza, Diogo de. **Toiletries methods as determining factors for the prevention of diseases and epidemics**. 2016. Work Completion of course (Specialization in Health for teachers of elementary education) Federal University of Parana.

Lack of personal hygiene is one of the major problems encountered in some schools, due to the orientation of disability and economic development of these children, which interferes directly on this issue, no longer have that self-care students end up having your affected self-esteem and the spread of diseases It can be enhanced due to the direct contact between them. To address this issue it developed an intervention project in the municipality of Prudentópolis state of Paraná, in the State

College Field St. John the Baptist in the community Herval Headquarters, 52 km away from the county seat, with students from sixth and seventh year elementary school, developing theoretical and practical activities, with the main objective to contribute to the students start to practice good personal hygiene habits, sensitizing them to simple habits that can avoid the contagion of diseases, allowing the dissemination of knowledge within the community school and in the family environment of these students, bringing knowledge concerning the transmission of diseases and epidemics. Using initially a theoretical exposition, pictures and videos for better assimilation of the subject, making a practical activity involving all students with the washing method of hands correctly and brushing teeth. It was concluded that this type of activity is of paramount importance to the development of these students in a healthy way, causing an interaction between the knowledge and practices both within and outside the school environment, contributing to a better quality of life for themselves and their self-esteem , contributing to the learning process.

Key words: personal hygiene, diseases, epidemics, self-care and self-esteem

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b>	<b>07</b>
1.1 TEMA	07
1.2 PROBLEMA	08
1.3 OBJETIVOS	08
1.3.1 OBJETIVO GERAL	08
1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	08
1.4 JUSTIFICATIVA	08
<b>2 REVISÃO DE LITERATURA</b>	<b>09</b>
<b>3 METODOLOGIA</b>	<b>14</b>
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÕES</b>	<b>15</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>18</b>
<b>6 REFERÊNCIAS</b>	<b>19</b>
<b>APÊNDICE I</b>	<b>20</b>
<b>APÊNDICE II</b>	<b>21</b>

## 1 - INTRODUÇÃO

O projeto de intervenção foi aplicado na Escola Estadual do Campo São João Batista, localizado no interior do município de Prudentópolis que teve origem após as políticas de imigração do início do século XX, os imigrantes que colonizaram essas terras são essencialmente europeus de origem eslava, sendo a grande maioria de origem ucraniana e polonesa, fato que é facilmente observado na cultura da população, que prima por preservar as raízes de seus antepassados <sup>1</sup>. A escola é de ensino fundamental conta com quatro turmas com aproximadamente 100 alunos, foi fundada em 2013 e sua estrutura ainda é precária, está localizada na comunidade de Herval Sede a 52 km da cidade, esta comunidade tem sua população composta por descendentes de ucranianos e poloneses, mas recebe alunos de varias comunidades vizinhas, alguns alunos moram a mais de vinte quilômetros da escola fazendo um grande esforço para frequentar as aulas, pois saem de casa três horas antes do início das aulas. A grande maioria tem um poder aquisitivo baixo, pois é proveniente de famílias de pequenos agricultores que tem uma renda per capita pequena, sendo que alguns não tem acesso a energia elétrica e a grande maioria não tem acesso a internet em casa e nem na escola ou a meios de comunicação diferentes da TV e rádio, fato que prejudica o acesso a informação nessas comunidades.

A faixa etária selecionada para este projeto foi de 12 a 13 anos, sendo estudantes dos sextos e sétimos anos de ambos os sexos, por volta de 60 alunos. Alguns apresentam sinais de uma higiene pessoal um tanto quanto falha, pois apresentam perca de dentes, pouco cuidado com a aparência e a questão mau cheiro dentro das salas de aula, muitos desses problemas são causados muitas vezes pela falta de orientação, assim um projeto de intervenção que aborda esse tema traz benefícios a comunidade escolar.

### 1.1 - TEMA

Práticas e hábitos de higiene pessoal como fatores que previnem o contágio de doenças, bem como de epidemias, além de aumentar a auto estima e promover um melhor convívio social entre alunos do ensino fundamental.

---

<sup>1</sup> MARTINS, Romário. **História do Paraná**. Curitiba: Travessa dos Editores, 1995. p. 352.

## 1.2 - PROBLEMA

Ao observar estes alunos notou-se que alguns não possuíam hábitos de higiene adequados, pois uma das reclamações do corpo docente da escola é referente ao mau cheiro dentro das salas de aula, principalmente em dias de alta temperatura. No que diz respeito a higiene bucal alguns alunos apresentam perda de dentes pelo mau cuidado e pelo difícil acesso a serviços gratuitos de odontologia nas comunidades. Estes fatores contribuem para uma baixa autoestima e um convívio social afetado, além da disseminação de doenças tanto no ambiente escolar quanto no seu meio social.

## 1.3 - OBJETIVOS

### 1.3.1 - Objetivo Geral:

- Contribuir para o aprendizado de alguns hábitos de higiene.

### 1.3.2 - Objetivos Específicos:

- Sensibilizar que esses hábitos simples podem evitar o contágio de algumas doenças.
- Possibilitar que esses conhecimentos possam ser disseminados no âmbito da comunidade escolar e no meio familiar destes alunos.
- Trazer conhecimentos referentes a epidemias.

## 1.4 - JUSTIFICATIVA

Ao analisarmos fatores que contribuíram para a disseminação de doenças e epidemias ao longo da história, muitos estão condicionados a maus hábitos de higiene, como é o caso da peste bubônica onde a falta de higiene levou a contaminação de milhares de pessoas,

convencionou-se no Brasil designar determinadas doenças, a maioria delas parasitárias ou transmitidas por vetor, como “endemias”, “grandes endemias” ou “endemias rurais”. Essas doenças foram e são, a malária, a febre amarela, a esquistossomose, as leishmanioses, as filarioses, a peste,



a doença de Chagas, além do tracoma, da boubá, do bócio endêmico e de algumas helmintíases intestinais, principalmente a ancilostomíase <sup>2</sup>.

Nas epidemias modernas como a gripe H1N1, vulga gripe suína, podemos constatar que estes hábitos de higiene simples, que as vezes são ignorados podem contribuir para a prevenção desta doença, bem como a sua prevenção. Além da disseminação de epidemias a falta destes hábitos também contribui para a infecção de inúmeras outras doenças que não tendem a se tornar epidemias, mas que podem causar sérios danos a saúde de uma sociedade.

A comunidade escolar deve atuar com o objetivo de resolver alguns problemas comuns na vida dos alunos, sendo que a “escola possui um papel fundamental no ensino da higiene pessoal principalmente em comunidades mais carentes em que o tema nem sequer é comentado <sup>3</sup>”, caso este da Escola São João Batista, afinal as políticas públicas de saúde voltadas a população do campo são um tanto quanto falhas, assim a escola adquire este papel de orientação aos alunos, pois a orientação é a melhor forma de prevenção de doenças, sendo está um dos objetivos do SUS.

## 2 - REVISÃO DE LITERATURA

O tema da higiene pessoal e bucal é abordado por vários autores, bem como a mudança de hábitos já na infância e na adolescência, afim de, melhorar os hábitos de saúde da população e prevenir doenças, como aponta SANTOS

é crescente a preocupação por parte dos pesquisadores na investigação de aspectos relativos à saúde dos adolescentes, bem como no estabelecimento de medidas que visem à obtenção e manutenção de condições aceitáveis de saúde, incluindo a saúde bucal <sup>4</sup>.

<sup>2</sup> SILVA, Luiz Jacintho da. O CONTROLE DAS ENDEMIAS NO BRASIL E SUA HISTÓRIA. **Endmias/Artigos**. São Paulo. P. 47.

<sup>3</sup> <http://www.colegioweb.com.br/educador/como-iniciar-habitos-de-higiene-para-as-criancas.html#ixzz3G9hlfq7F> acesso em 14 de outubro de 2014 as 18 horas e 13 minutos.

<sup>4</sup> SANTOS, Nilton Cesar Nogueira dos. A saúde bucal de adolescentes: aspectos de higiene, de cárie dentária e doença periodontal nas cidades de Recife, Pernambuco e Feira de Santana, Bahia. **Ciência & Saúde Coletiva**, 12(5):1155 1166, 2007. P. 1156.

Em muitos casos observamos que a saúde é afetada por alguns fatores determinantes entre eles uma má higiene pessoal e bucal, por exemplo, o poder aquisitivo destas famílias que vivem em

comunidades de nível socioeconômico baixo frequentemente estão susceptíveis à alta prevalência de cárie, considerando que a renda familiar pode afetar a aquisição de alimentos ricos em nutrientes para mães e crianças e, conseqüentemente, alterar o desenvolvimento dentário <sup>5</sup>.

Assim são necessárias intervenções voltadas para essas comunidades, principalmente por parte do Estado, pois por muitas vezes os serviços de saúde estão fora de seu alcance, porém a principal transformação deve ser proporcionada no indivíduos como aponta OLIVEIRA:

Considerando que a educação em saúde está relacionada à aprendizagem, desenhada para alcançar a saúde, torna-se necessário que esta seja voltada a atender a população de acordo com sua realidade. Isto porque a educação em saúde deve provocar conflito nos indivíduos, criando oportunidade da pessoa pensar e repensar a sua cultura, e ele próprio transformar a sua realidade <sup>6</sup>.

Na fase da adolescência é que os hábitos de higiene bucal são deixadas de lado, por isso essa fase da vida deve ter uma atenção especial, devido características próprias da personalidade dessa faixa etária, como aponta FREDDO:

esse também é um período de risco para a saúde bucal, pois as medidas adequadas de higiene podem entrar em conflito com o estilo de vida, já que nessa fase os adolescentes não mais aceitam a supervisão dos adultos. Em função disso, é necessário o desenvolvimento de medidas de educação em saúde na escola, por meio de programas que sejam capazes de atender às necessidades e às características próprias dos adolescentes.<sup>7</sup>

Pelo fato dos adultos não supervisionarem a higiene desse adolescente, problemas de saúde podem surgir ao longo do tempo afinal a higiene bucal é de

---

<sup>5</sup> RIBEIRO, *Andréa Gadelha*. Cárie precoce na infância: prevalência e fatores de risco em pré-escolares, aos 48 meses, na cidade de João Pessoa, Paraíba, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 21(6):1695-1700, nov-dez, 2005P.1697.

<sup>6</sup> OLIVEIRA, Hadelândia Milon de. EDUCAÇÃO EM SAÚDE: uma experiência transformadora. **Rev Bras Enferm**, Brasília (DF) 2004 nov/dez;57(6):761-3. P. 761.

<sup>7</sup> FREDDO, Sílvia Letícia. Hábitos de higiene bucal e utilização de serviços odontológicos em escolares de uma cidade da Região Sul do Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 24(9):1991-2000, set, 2008. P. 01.

suma importância para a saúde de todo o nosso organismo, FREDDO acrescenta que:

durante muito tempo, a cavidade bucal foi vista como uma estrutura anatômica isolada do resto do corpo. No entanto, ela está intimamente ligada ao indivíduo e, dependendo de suas condições, pode causar impacto positivo ou negativo sobre a saúde geral. As práticas de higiene bucal, como a escovação dentária e o uso do fio dental, e o controle da dieta desempenham importante papel na prevenção das doenças bucais. Em relação à frequência diária de escovação dos dentes não existe consenso na literatura. Alguns autores recomendam uma frequência de duas vezes ao dia, enquanto outros recomendam escovar três vezes ao dia e utilizar, diariamente, o fio dental, pois este é um instrumento eficaz para remoção da placa bacteriana interproximal e preservação da integridade periodontal <sup>8</sup>.

No entanto a questão da higiene só toma grandes proporções em nosso país no início do século XX, como aponta ROCHA após a criação de um Instituto voltado para esse tema, com o intuito de suprir a carência de profissionais especializados nesta área:

A criação do Instituto de Hygiene, atual Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, resultou de um acordo entre o governo do Estado de São Paulo e a Junta Internacional de Saúde da Fundação Rockefeller, em 1918, tendo em vista o provimento da cadeira de Higiene da Faculdade de Medicina e Cirurgia de São Paulo. Comprometido com o *ensino científico* da higiene e a preparação de técnicos para o provimento dos cargos de saúde pública, o Instituto foi oficializado em 1924 – pela Lei nº 2.018, que definiu as suas atribuições e competências –, passando por sucessivas alterações estruturais, que foram consolidando a sua autonomia <sup>9</sup>.

A partir dessas criações e de discussões que abordam não somente o tema da higiene, mas os problemas causados por sua falta, vários médicos passam a se dedicar a orientar a população que uma boa higiene pode melhorar os problemas patológicos das cidades, bem como a proximidade entre a educação e a higiene:

postulando a necessidade da aproximação entre educação e higiene, Dr. Almeida Junior procura construir, em seu trabalho, a ideia do amplo reconhecimento da importância da higiene no enfrentamento dos problemas sanitários, (...)A obediência do indivíduo aos ditames da higiene configura-se como a fórmula que se apresenta ao espírito daqueles que *observam* e

<sup>8</sup> Idem. P. 02

<sup>9</sup> ROCHA, Heloísa Helena Pimenta. Educação escolar e higienização da infância. **Cad. Cedes**, Campinas, v. 23, n. 59, p. 39-56, abril 2003. P.41.

*investigam os problemas gerados pelo rápido crescimento das cidades e pelas condutas desregradas da população. Estancar a torrente mórbida, a grande ameaça que pairava sobre a sociedade, era o desafio diante do qual se colocavam os médicos-higienistas*<sup>10</sup>.

Assim a aproximação entre escola e saúde é algo defendido há muito tempo, pois devemos orientar nossos alunos afim de que tenham uma qualidade de vida melhor proporcionado por bons hábitos de saúde.

concebendo os problemas sanitários como problemas de ordem educativa, cuja solução passava pela inculcação de modos de viver calcados nos parâmetros da ciência, Dr. Almeida Junior defende a necessidade de buscar o concurso da escola primária na importante causa do saneamento do Brasil. Fator essencial na formação moral e intelectual do povo, a escola primária é vista como a instituição a cuja força e poder deveriam recorrer os higienistas<sup>11</sup>.

Desta forma a saúde deve ser um tema recorrente nas salas de aula, uma vez que os conhecimentos adquiridos tendem a ser levados para o restante de suas vidas, além da disseminação dos mesmos em suas famílias e comunidades, como assinala GONÇALVES os Parâmetros Curriculares Nacionais abordam essa ideia

dentro do capítulo relacionado ao tema transversal saúde, sugerem que toda escola deve incorporar os princípios de promoção da saúde indicados pela OMS, com os objetivos de fomentar a saúde e o aprendizado em todos os momentos; integrar profissionais de saúde, educação, pais, alunos e membros da comunidade, no esforço de transformar a escola em um ambiente saudável; implementar práticas que respeitem o bem-estar e a dignidade individuais e implementar políticas que garantam o bem-estar individual e coletivo, oferecendo oportunidades de crescimento e desenvolvimento em um ambiente saudável, com a participação dos setores da saúde e educação, família e comunidade. Assim, o desenvolvimento do trabalho com as Escolas Promotoras de Saúde, que já era um movimento internacional, começa a ter força também no Brasil<sup>12</sup>.

No entanto, para que está proposta se torne possível nas escolas faz-se necessária uma especialização dos profissionais envolvidos na educação, com subsídios de profissionais da saúde, em uma troca de saberes contribuindo para uma sociedade mais saudável, como define GONÇALVES:

---

<sup>10</sup> Idem. P. 42.

<sup>11</sup> Ibidem.

<sup>12</sup> GONÇALVES, Fernanda Denardin. et al. A Promoção da Saúde na Educação Infantil. **Interface Comunic., Saúde, Educ.**, v.12, n.24, p.181-92, jan./mar. 2008. P. 183.

encontra-se a necessidade de se promoverem espaços que favoreçam a troca de experiências tanto entre os profissionais integrantes da área pedagógica, para que possam dar continuidade e implementar novos trabalhos relacionados com o tema saúde, quanto entre os profissionais do núcleo de saúde, para que assimilem elementos ainda mais pedagógicos e adequados a cada faixa etária <sup>13</sup>.

Assim se faz necessária uma mudança de hábitos, promovendo a prevenção e assimilação pelos sujeitos envolvidos no processo de ensino aprendizagem e socializada em seu meio, como define OLIVEIRA

a educação em saúde, pela sua magnitude, deve ser entendida como uma importante vertente à prevenção, e que na prática deve estar preocupada com a melhoria das condições de vida e de saúde das populações. Para alcançar um nível adequado de saúde, as pessoas precisam saber identificar e satisfazer suas necessidades básicas. Devem ser capazes de adotar mudanças de comportamentos, práticas e atitudes, além de dispor dos meios necessários à operacionalização dessas mudanças <sup>14</sup>.

Pois as mudanças nos hábitos devem partir de orientações de profissionais qualificados, mas depende da absorção desses conhecimentos por parte dos indivíduos, bem como colocar em prática tais alterações buscando uma melhor qualidade de vida e a promoção da saúde. O principal vetor dessas modificações é o professor pelo contato direto que tem com os alunos, no entanto este deve estar bem preparado para orientar os alunos de forma correta, como define YOKOTA:

Para que as atividades de educação em saúde sejam bem desenvolvidas na escola, os professores, atores-chaves desse processo, que atuam como facilitadores da articulação entre teoria e situação prática, precisam estar bem informados e orientados sobre o tema, para reconhecer a importância de sua atuação na área de saúde <sup>15</sup>.

Desta forma, o presente projeto vai de encontro a esta proposta onde a escola e a saúde tentam e devem andar juntas, a partir de uma especialização de professores para que os mesmos possam abordar esse tema de uma maneira satisfatória e correta, ajudando a difundir esses conhecimentos possibilitando que um número maior de pessoas tenham acesso a essas informações, buscando uma

<sup>13</sup> Idem. P. 190.

<sup>14</sup> OLIVEIRA, Hadelândia Milon de. EDUCAÇÃO EM SAÚDE: uma experiência transformadora. **Rev Bras Enferm**, Brasília (DF) 2004 nov/dez;57(6):761-3. P. 761.

<sup>15</sup> YOKOTA, Renata Tiene de Carvalho. Projeto “a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis”: comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. **Rev. Nutr.**, Campinas, 23(1):37-47, jan./fev., 2010. P. 39.

mudança nos hábitos de saúde prevenindo doenças, trazendo uma melhor qualidade de vida aos envolvidos no processo de ensino aprendizagem bem como uma parte da comunidade escolar..

### **3 - METODOLOGIA**

Para a aplicação do projeto a metodologia selecionada vai seguir alguns passos, sendo o primeiro composto de um questionário inicial a respeito de hábitos de higiene que deveriam ser adotados pelos alunos (Apêndice I), no entanto espera-se que muitos não se adéquem a tais hábitos, devido a alguns fatores determinantes como a falta de orientação dentro do seio familiar, falta de informação e o acesso precário a meios de comunicação. Após esta primeira etapa o trabalho continua com uma exposição oral abordando o tema da higiene pessoal, acompanhada de slides e imagens, bem como vídeos para explicar o que a falta de higiene pode causar e como ações simples podem levar a uma vida mais saudável contribuindo para a prevenção de doenças. No tocante da prevenção de doenças será abordada a questão das epidemias e como elas podem ser evitadas, partindo da peste bubônica que assolou a humanidade principalmente no continente europeu durante a Idade Média, até a epidemia moderna da H1N1 que assombrou o mundo e teve seu auge em 2009.

Para abordar o tema também será utilizado um texto sobre higiene pessoal com uma linguagem adequada a faixa etária, após esta abordagem vamos partir para uma atividade prática com uma dinâmica de grupo onde cada um deve sujar a mão com tinta guache, então os alunos devem apertar as mãos uns dos outros, em pouco tempo o resultado é de que as cores vão se misturar mostrando o que acontece com os vírus de doenças e que se não lavarmos as mão de uma forma adequada o risco de contaminação é maior.

Posteriormente os alunos vão aprender sobre métodos de higiene pessoal: como lavar as mãos adequadamente, como escovar os dentes de uma forma correta, deixar os ambientes ventilados e cuidados com sua aparência.

Finalizada a parte teórica e prática será feita a avaliação deste projeto pelos alunos, com a aplicação do questionário final (Apêndice II) onde algumas perguntas do questionário inicial se repetem, a fim de, observar se

houveram mudanças a respeito da visão que tinham sobre a higiene pessoal e quais conhecimentos absorveram e compreenderam.

#### **4 - RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Para a aplicação do projeto utilizei três aulas em dias diferentes em turmas que leciono sendo uma turma do sexto e outra do sétimo ano do ensino fundamental, os alunos foram avisados previamente que o projeto seria aplicado, sendo assim por se tratar de uma aula “diferente” a presença foi maciça e rendeu muitas discussões, por se tratar de um tema um tanto quanto incomum que não é abordado com frequência na sala de aula.

No primeiro momento os alunos responderam ao questionário inicial (Apêndice I) com perguntas abertas sobre a higiene e epidemias onde não era necessária a identificação, afim de, saber qual o conhecimento que eles já traziam sobre o tema, foram orientados a responder com suas palavras ou simplesmente se não soubessem que respondessem “não sei”, o importante nessa etapa era identificar o que já sabiam e o que lhes faltava conhecer. A primeira pergunta buscava saber qual o conceito os alunos tinham de higiene pessoal, muitos responderam simplesmente “não sei” ou “é se cuidar”, “deixar o corpo limpo”, além de algumas respostas equivocadas sem muito nexos com o tema, mas a maioria soube responder de uma forma simples mais correta, por exemplo, “é tomar banho”, “cortar as unhas” ou “escovar os dentes”. Assim pude observar que a maioria já tinha um conhecimento prévio sobre o tema. Outras perguntas questionavam a frequência dos hábitos de higiene lavar as mãos, escovar os dentes e a utilização do fio dental, muitos responderam que não usam fio dental, que escovam os dentes duas vezes ao dia e alguns não mencionaram se lavam as mãos antes das refeições. Desta forma observamos que o cuidado com os dentes deixa a desejar, justificando o aparecimento de cáries e o fato de muitos alunos apresentarem a perda de dentes muito precoce. A grande maioria ao ser questionada se bons hábitos de higiene previnem doenças responderam que sim, no entanto a respeito do que é epidemias não soube responder ou nunca tinha ouvido falar. Com esses primeiros questionamentos fica evidente que os alunos possuíam um conhecimento prévio sobre o tema, porém muito simples e por muitas vezes confuso.

Após essa etapa partimos para a seguinte, uma exposição oral acompanhada de slides e imagens abordando a higiene pessoal e seus hábitos: lavar as mãos, escovar os dentes, utilizar o fio dental, tomar banho todos os dias, cuidados com a aparência e que essas ações simples podem trazer grandes resultados, usando também de vídeos com uma linguagem adequada a faixa etária buscando exemplificar e trazendo o contato visual para tudo o que estava sendo explicado oralmente.

Com relação as epidemias usamos o exemplo da peste bubônica na Idade Média, as formas de contágio bem como o vetor que transmite essas doença (os ratos), além dos péssimos hábitos de higiene da época que ajudaram para que o vírus se espalhasse. Mas para mostrar que isso não é um problema tão distante foi exposto a epidemia moderna da H1N1 vulga gripe suína, que assustou o mundo e teve seu auge em 2009, muitos lembraram que as aulas foram suspensas por alguns dias e que usavam álcool em gel na escola para higienizar as mãos, assim observamos que alguns hábitos simples podem evitar o contágio de algumas doenças.

Nessa fase ocorreram vários questionamentos onde os alunos exibiram algumas dúvidas, acompanhados de boas risadas devido aos exemplos compartilhados por eles sobre não seguir esses hábitos, sempre falando de um parente ou de um conhecido que não lava as mãos, que não toma banho ou que não escova os dentes, deixando essa aula bastante agradável e produtiva, ao passo que houve uma grande participação bem como as dúvidas que foram sanadas, além da identificação de um problema estrutural em várias escolas onde os estudantes saem para o recreio direto da sala para a fila do lanche, sem passar para o banheiro para lavar as mãos, devido ao tempo curto do recreio e por haver pouco espaço nos lavatórios. Com o surgimento desse problema discutimos uma solução a possibilidade de sair antes para o recreio ou a instalação de um lavatório próximo da fila do lanche, afim de, os alunos realizarem a higienização das mãos antes de comer o lanche, esse problema foi levado até a direção que vai estudar e achar o recurso mais adequado a escola, desta forma esse trabalho já começou a render frutos com esse diagnóstico e a busca da solução do mesmo.

Seguindo o trabalho utilizamos um texto de apoio com linguagem adequada para finalizar essa parte teórica, após a leitura fizemos a discussão deste.



Finalizada a parte teórica partimos para a prática com a realização de uma dinâmica de grupo, o material utilizado foi simples apenas tinta guache para mostrar a forma com que um vírus se espalha com um simples aperto de mão, dois alunos foram escolhidos e tiveram a mão suja com essa tinta a orientação era de que apertassem a mão dos colegas, desta forma em pouco tempo a turma toda estava com as mãos sujas, pude observar a expressão de desaprovação dos mesmos em ver essa situação. Então ficou evidente para eles como é fácil a contaminação de várias pessoas com um vírus a partir desse simples contato, além de essa mão ir até a boca, pegar alimentos e levar esse mesmo vírus para a casa, causando um perigoso efeito dominó. Dando andamento ao trabalho os alunos foram fazer a higienização das mãos usando as técnicas aprendidas anteriormente, pude analisar que a expressão era de satisfação no rosto dos mesmos ao ver a limpeza ao invés da sujeira (Apêndice III).

A última etapa do trabalho foi a aplicação do questionário final (Apêndice II) com a repetição de algumas perguntas do questionário inicial e adição de outras, afim de, avaliar o trabalho realizado. Quando questionados sobre o que é higiene pessoal a grande maioria respondeu de uma forma mais concreta, escrevendo que eram hábitos de higiene e cuidados com o corpo exemplificando: lavar as mãos, escovar os dentes, tomar banho e cuidar de sua aparência, houve uma grande melhora das respostas se comparado ao primeiro questionário evidenciando que esses conhecimentos foram compreendidos. No que diz respeito aos hábitos as respostas foram unânimes ao dizer que são importantes e que previnem doenças. Sobre lavar as mãos responderam que sempre antes das refeições e sempre que acharem necessário, quanto escovar os dentes sempre que fizerem refeições, antes de dormir e ao acordar. A maior mudança ocorreu na questão referente as epidemias, antes um assunto desconhecido para a maioria, agora possuíam conhecimentos que proporcionavam a resposta dessa questão, muitos responderam que “é uma doença que passa para muitas pessoas”, “uma doença perigosa e contagiosa”, “que mata muitas pessoas”, além de responder que os bons hábitos de higiene podem evitar o contágio bem como a disseminação dessas doenças, não utilizando esses mesmos termos mas passando esta mensagem.

Com relação aos resultados pude observar uma mudança em algumas atitudes na escola nas aulas que se seguiram após a aplicação do projeto,

as janelas da sala de aula estavam sempre abertas, alguns passaram a cuidar mais da aparência, ocorreu uma socialização do conteúdo, pois em outras salas os alunos estavam comentando sobre o mesmo tendo em vista que a grande maioria tem irmãos em outras turmas, indo de encontro com um dos objetivos do trabalho que era a disseminação do saber adquirido. Desta forma o resultado foi bastante satisfatório na aplicação desse projeto de intervenção, ao passo que houve algumas mudanças de hábitos bem como a socialização dos conhecimentos.

## **5 - CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Com o término deste projeto de intervenção o resultado foi muito satisfatório uma vez todos os objetivos foram alcançados, principalmente no tocante da disseminação dos conhecimentos referentes a higiene pessoal na comunidade escolar, sendo este o principal objetivo deste trabalho e do curso de pós graduação, pois como já foi mencionado muitos alunos comentaram com seus familiares sobre o trabalho realizado, além de uma mudança de hábitos dos educandos que foi percebida dentro da escola. Assim a escola passa a cumprir um papel muito mais significativo, ao passo que traz conhecimentos que podem mudar alguma coisa na vida desses alunos, buscando uma melhor qualidade de vida e uma existência mais saudável.

## REFERÊNCIAS

FREDDO, Silvia Letícia. Hábitos de higiene bucal e utilização de serviços odontológicos em escolares de uma cidade da Região Sul do Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 24(9):1991-2000, set, 2008.

GONÇALVES, Fernanda Denardin. et al. A Promoção da Saúde na Educação Infantil. **Interface Comunic., Saúde, Educ.**, v.12, n.24, p.181-92, jan./mar. 2008.

<http://www.colegioweb.com.br/educador/como-iniciar-habitos-de-higiene-para-as-criancas.html#ixzz3G9hlfq7F> acesso em 14 de outubro de 2014 as 18 horas e 13 minutos.

MARTINS, Romário. **História do Paraná**. Curitiba: Travessa dos Editores, 1995.

OLIVEIRA, Hadelândia Milon de. EDUCAÇÃO EM SAÚDE: uma experiência transformadora. **Rev Bras Enferm**, Brasília (DF) 2004 nov/dez;57(6):761-3.

RIBEIRO, *Andréa Gadelha*. Cárie precoce na infância: prevalência e fatores de risco em pré-escolares, aos 48 meses, na cidade de João Pessoa, Paraíba, Brasil . **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 21(6):1695-1700, nov-dez, 2005.

SANTOS, Nilton Cesar Nogueira dos. A saúde bucal de adolescentes: aspectos de higiene, de cárie dentária e doença periodontal nas cidades de Recife, Pernambuco e Feira de Santana, Bahia. **Ciência & Saúde Coletiva**, 12(5):1155-1166, 2007.

SILVA, Luiz Jacintho da. O CONTROLE DAS ENDEMIAS NO BRASIL E SUA HISTÓRIA. **Endmias/Artigos**. São Paulo.

ROCHA, Heloísa Helena Pimenta. Educação escolar e higienização da infância. **Cad. Cedes**, Campinas, v. 23, n. 59, p. 39-56, abril 2003.

YOKOTA, Renata Tiene de Carvalho. Projeto “a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis”: comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. **Rev. Nutr.**, Campinas, 23(1):37-47, jan./fev., 2010.

## **APÊNDICE I**

### **Questionário Inicial**

- 1) O que é higiene pessoal?
- 2) Isso é importante? Por que?
- 3) Você lava as mãos com frequência? Quantas vezes ao dia? E quando?
- 4) Escova os dentes quantas vezes ao dia? Isso é importante? Por que?
- 5) Usa o fio dental?
- 6) Bons hábitos de higiene podem prevenir doenças?
- 7) O que é uma epidemia? Os hábitos de higiene podem prevenir epidemias?

## **APÊNDICE II**

### **Questionário final**

- 1) O que é higiene pessoal?
- 2) Isso é importante? Por que?
- 3) Você vai lavar as mãos com frequência?
- 4) Quantas vezes vai escovar os dentes? E o fio dental?
- 5) Bons hábitos de higiene podem prevenir doenças?
- 6) O que é uma epidemia? Os hábitos de higiene podem prevenir epidemias?